

女子大学生における認知行動変容と 人生満足度および領域別満足度の関係

牧野 由美子

Relations among cognitive-behavioral change, life satisfaction and domain satisfactions in female university students

MAKINO, Yumiko

要旨

本研究の目的は、女子大学生の認知行動変容と人生満足度および領域別満足度の関係を検証することであった。研究1では、516名の女子大学生を対象として、人生満足度が最も下降した際の女子大学生用認知行動変容尺度を開発した。この尺度は、十分な信頼性と妥当性を有する。そして研究2では、496名の女子大学生を対象に、認知行動変容と、人生満足度および領域別満足度について調べ、各変数の関係を検討した。パス解析の結果、他者共存型認知行動変容が学校満足度を促し、学校満足度が人生満足度に影響を及ぼすことが明らかとなった。他者共存型認知行動変容が間接的に主観的幸福感の中の認知的要素である人生満足度に影響を及ぼす、というボトムアップ効果が確かめられたといえる。自己埋没型の人の人生満足度の回復方法は、他者共存型の人のそれとは違うと考えられる。今後の課題は、(1)自己埋没型と他者共存型の認知行動変容の違いを追究することであり、(2)自己埋没型の認知行動変容を起こす人に対して、どのようにして人生満足度の回復を促すかを探っていくことである。

キーワード

認知行動変容パターン、人生満足度、領域別満足度、主観的幸福感

Abstract

The purpose of this study was to examine the relations among cognitive-behavioral change, life satisfaction and domain satisfactions in female university students. In Study 1, the author developed a scale with enough reliability and validity to measure cognitive-behavioral change accompanying most decrease of satisfaction with one's whole life, using a sample of 516 female university students in a questionnaire survey. In study 2, 496 female university students served in a survey. The author examined the relations among cognitive-behavioral modification patterns, life satisfaction and domain satisfactions. Results of a path analysis indicated that the cognitive-behavioral modification pattern of "living together with others" influenced school satisfaction, and school satisfaction influenced life satisfaction. It was ascertained that the bottom-up effects of the cognitive-behavioral modification pattern of "living together with others" indirectly influenced life satisfaction which is a cognitive element of subjective well-being. It is supposed that the way of regaining life satisfaction in individuals with the cognitive-behavioral pattern of "withdrawal into oneself" is different from that in those with the cognitive-behavioral pattern of "living together with others." Future research needs to investigate : (1) the difference between the cognitive-behavioral patterns of "withdrawal into oneself" and "living together with others" ; (2) how to help individuals with the cognitive-behavioral pattern of "withdrawal into oneself" to regain life satisfaction.

Key words

cognitive-behavioral change patterns, life satisfaction, domain satisfactions, subjective well-being

問題と目的

主観的幸福感の定義に関してDiener & Emmons (1984) は、主観的幸福感を否定的感情の頻度に対する肯定的感情の頻度の比率および人生満足度から成ると述べている。その中の否定的感情の頻度に対する肯定的感情の頻度の比率は自身の経験が楽しかったか楽しくなかったかという感情的要素であり、一方、人生満足度は自分の人生に対する評価という認知的要素である。

主観的幸福感に関する理論において、長い間、遺伝的生得的

要因によって主観的幸福感は形成されたとするトップダウン理論と環境的習得的要因によって形成されたとするボトムアップ理論が対立してきたが、現在はそれらを統合する理論が唱えられている。

Fujita & Diener (2005) は、男女3600名以上の成人を対象に、17年間にわたって主観的幸福感の安定性と変動性について調べた結果、長期的に見ると4分の1の人々に幸福感のセットポイントの変動が生じることを見出した。また、主観的幸福感の中

の感情的要素は気質的な影響が強く短期間では変動が見られるものの長期間に渡って調べると安定性が高いが、人生満足度という認知的要素は、パーソナリティ特性より安定しておらず、長期間では変動し得るものである、と報告している。Schimmack et al. (2002) は、主観的幸福感の中の人生満足度（認知的要素）はパーソナリティより安定性が低い、主観的幸福感の中の否定的感情に対する肯定的感情の比率（感情的要素）より安定性が高いと述べている。

Leonardi et al. (1999) は、イタリアに住む55歳から75歳の成人を対象に、環境条件について良好かどうかの評定を求める調査を実施し、そのデータを因子分析して、環境条件を6領域に分類した。彼らは、その6領域について生活満足度の評定を求め、それらを領域別満足度とし、人生全体の生活満足度と各領域別の満足度のデータを因子分析した結果、共通因子とそうでない2個の因子を抽出した。その共通因子とは、遺伝的影響が強く安定的なトップダウン過程が反映された「トップダウン効果因子」で、共通因子ではない他の2個の因子とは、環境の影響が強く環境条件に左右され易いボトムアップ過程が反映された「ボトムアップ効果因子」であると述べ、「ボトムアップ効果因子」の中のひとつはボトムアップ過程が反映された健康や余暇などの個人条件を示す因子で、もうひとつはボトムアップ過程が反映された居住地域や地域サービスなどの地域条件を示す因子であると記している。またLeonardi et al. (2005) は、各領域によって満足度におけるトップダウン効果とボトムアップ効果の割合は異なることを明らかにした。Fujita & Diener (2005) は、主観的幸福感の中の認知的要素である人生全体における満足度（人生満足度）と健康や結婚や仕事などの特定領域における満足度（領域別満足度）について調査研究を行い、人生満足度に対する領域別満足度の影響に関しては、その個人によって、比較的影響しやすい領域と影響し難い領域がある、と述べている。

このような一連の研究から、主観的幸福感の中の感情的要素は、個々にレベルの違いはあるが個人内では比較的安定しており、遺伝的生得的要因によって形成されやすいものであると考えられる。一方、認知的要素にはその時々々の環境条件によって変動しやすい部分が見られ、環境的習得的要因によって形成される部分があると考えられる。Diener et al. (2004) は、主観的幸福感の中の、遺伝的生得的要因の影響を強く受けると考えられる否定的感情に対する肯定的感情の比率（感情的要素）ではなく環境的習得的要因の影響を受けやすい人生満足度（認知的要素）の方が、人が認知行動変容することによって変化しやすいであろう、と述べている。

このように認知行動変容と人生満足度および領域別満足度には関連があることが考えられるが、人生満足度が落ち込んだ際のどのような認知行動変容がどのくらい人生満足度や領域別満

足度に関係し、お互いにどう影響し合っているのかということに関する研究は、日本ではほとんど行われていない。本研究では、トップダウン理論とボトムアップ理論の統合論の立場に立ち、女子大学生の人生満足度が最も変化したときの日常生活内の認知行動変容を調べる尺度を開発し、その認知行動変容と人生満足度および領域別満足度の関係を調べた。

Emmons & McCullough (2003) は、人生に恵まれたと思われる出来事が起こった場合と人生に重荷を背負ったと思われる出来事が起こった場合の両方で認知行動変容を促す介入を行う実験研究を実施し、後者における認知行動変容パターンが心身の健康度の変化を促したことを報告している。また、Fujita & Diener (2005) は、その個人にとって重要な領域の満足度は、人生全体の満足度に強く関係していくことを示した。これらの研究結果を踏まえ、本研究の仮説を、人生満足度が最も落ち込んだ際の認知行動変容が女子大学生の主要な生活領域である学校における満足度に影響し、その学校満足度がさらに人生満足度に影響を及ぼすとした。人生満足度については、人のライフステージや性別によって違いがあると考えられるため、本研究ではまず女子大学生を対象に調査した。

研究1

目的

本論文の研究1では、人生満足度が最も変化した際の認知行動変容について量的に探るため、女子大学生において、人生満足度が最も変化した際に起こった認知行動変容を測定する尺度を開発することとした。まず、人生満足度と認知行動変容の関係を探るためには、人生満足度が最も上昇した際の認知行動変容を測定する尺度を作成するのがよいのか、そうではなくて人生満足度が最も下降した際の認知行動変容を測定する尺度を作成するのがよいのかを決定するため、予備調査を実施した。

予備調査

調査対象は、関東地方の女子大学生187名であった。有効回答率は88%で最終的に分析対象となったのは164名、平均年齢は、21.2歳（ $SD=1.3$ ）であった。調査は無記名式で、個人情報保護は公開されず保護され、調査を拒否することもできることを説明し、同意を得た。調査時期は、2011年5月であった。

女子大学生に、過去から現在までの人生を回想しながら記憶している年齢の範囲でそのときどきの人生満足度を0点から10点までの11段階評定でプロットしていくよう指示した。さらに、これまでの人生で最も人生満足度が変化した際の認知と行動の変化について自由記述するアンケート調査を実施した。「これまでで一番満足度が変化した際に、あなたはどのように考えどんな行動をしたのかを思い出してお書きください」と指示した。心理学専攻の大学院生2名と教員1名がKJ法によって分類カ

テゴリーについての基準と定義を検討した後、大学院生2名が、KJ法(川喜田, 1967)によって、満足度が上昇した際の認知と行動の変化についての自由記述をした人80名の認知行動変容を4群に分け、満足度が下降した際の認知と行動の変化についての自由記述をした人84名の認知行動変容を9群に分けた。2名の大学院生による評定の一致率は70%であった。一致しなかったものについては、2人の評定者で話し合い、合意のうえ分類した。この結果を、Table 1, Table 2に示した。

対象者各自によってプロットされた人生満足度の中で最も変化した場合、前プロット点から次のプロット点までの点差を変化量とした。上記の群間で認知行動変容後の人生満足度の変化量に差があるかどうかを検討するため、一要因の分散分析を行った。その結果、満足度が上昇した際の認知と行動の変化についての自由記述をした人では、認知行動変容後の人生満足度の変化量に有意差は認められなかったのに対して、人生満足度が下降した際の認知と行動の変化についての自由記述をした人では、認知行動変容後の人生満足度の変化量に有意差が見られた($F(8, 75)=25.75, p<.01$)。下位検定を行ったところ、慈悲援助群、慈悲活動群、否定援助群は、慈悲不健康群、成長援助

群、成長活動群、成長不健康群、否定不健康群より認知行動変容後の人生満足度の変化量が多く、さらに他のすべての群より否定不健康群の認知行動変容後変化量が少なかった。この結果は、人生満足度が上昇した際の認知行動変容ではなく下降した際の認知行動変容が、その後の人生満足度の回復を左右する可能性があることを示している。この結果を踏まえて本研究では、人生満足度が最も上昇した際ではなく、最も下降した際の認知行動変容を調べる尺度を開発することとした。

方法

対象者 調査対象者は、予備調査とは別の女子大学生552名であった。その内記入もれのあった者が36名いたため、分析対象となったのは516名であった。平均年齢は20.5歳であった($SD=1.63$)。調査時期は、2011年10月であった。

手続き 調査は無記名式で、個人情報公開されることなく保護され、調査を拒否することもできること、そして実施中、気分が悪くなった場合は速やかに中止し保健室へ行くことができ、その後必要ならカウンセリングを受けることもできることを説明し、同意を得た。予備調査で集められた認知行動変容の内容の内、文意が曖昧なものや多義的なものを除いた後、内容を99項目に整理し、それぞれ「大変当てはまる(5)」から「まったく当てはまらない(1)」までの5件法で回答を求める調査を実施した。

結果と考察

尺度の作成 調査結果における99項目の得点について、回答の反応分布を調べ、およそ正規分布している12項目を残し分布に偏りがある項目87項目を削除した。そして、偏りのない残り12項目について因子分析を行った。第1回目の因子分析(バリマックス回転)を行った結果、固有値1以上の値をもつ因子は4個見られた。次に、累積寄与率50%を目安にして因子寄与率

Table1 各群における上昇の場合の人生満足度の変化量の平均値と分散分析結果

群	肯定 活動群 n=24	肯定 援助群 n=20	感謝 活動群 n=18	感謝 援助群 n=18	F値
変化量	.04 (2.51)	.75 (2.07)	-.11 (2.03)	.56 (2.53)	.62

()内は標準偏差値

注.
各群の分類は、認知内容「自己肯定」「感謝」の2分類と行動内容「活動」「他者援助」の2分類の組み合わせによって4群に分けられた。

Table2 各群における下降の場合の人生満足度の変化量の平均値と分散分析結果

群	慈悲 援助 n=9	慈悲 活動 n=13	慈悲 不健康 n=10	成長 援助 n=8	成長 活動 n=9	成長 不健康 n=9	否定 援助 n=8	否定 活動 n=9	否定 不健康 n=9	F値
変化量	7.44 (.53)	6.77 (1.30)	2.00 (1.70)	4.50 (2.73)	2.11 (1.27)	1.00 (.01)	6.00 (1.41)	3.78 (.67)	2.44 (1.59)	25.75**

()内は標準偏差値

** $p<.01$

注.
各群の分類は、認知内容「慈悲」、「自己成長」、「自己否定」の3分類と行動内容「他者援助」、「活動」、「不健康」の3分類の組み合わせによって9群に分けられた。

下位検定の結果は、慈悲援助群=慈悲活動群>否定援助群>慈悲不健康群=成長援助群=成長活動群=成長不健康群>否定活動群>否定不健康群。

の高い因子を2個に仮定し、再度、因子分析（バリマックス回転）を行った。Table 3は因子分析の結果得られた各項目における因子負荷量を示している。負荷量0.4以上の項目を残したが、その際、2因子に共通して負荷量の高いもの（負荷量0.4以上のもの）を除去した。累積寄与率は54.61%であった。

第1因子について負荷量の高い項目を見ると、自分のことを肯定的にとらえ、他者を慈しみ周囲のことをいとおしく思い援助するようになったという認知や行動の広がりを出す内容から成っていることがわかる。このため、第1因子を“他者共存”因子と命名した。この因子に含まれる項目は5個で、項目8、2、3、7、10である。

第2因子について負荷量の高い項目を見ると、自分のことを否定するようになり早くあきらめるようになったという認知や行動の狭まりを出す内容から成っていることがわかる。このため、第2因子を“自己埋没”因子と命名した。この因子に含まれる項目は4個で、項目1、4、6、5である。

Emmons & McCullough (2003) も、人生に重荷を背負ったと思われる出来事が起こった際、他者を視点に入れて感謝の念を確認し他者に感謝の意を示す行動を加えた広がり型の認知行動変容パターンを獲得した場合は、自己に埋没した狭い認知行動変容パターンしか示さなかった場合より心身の健康度が増したことを報告している。

尺度の信頼性と妥当性 この尺度の信頼性を検討するため、 α 係数を算出した。その結果、第1因子は.77、第2因子は.73であり、十分な内的整合性が確認できる値であった。

次に、この尺度の妥当性を検討するため、先の調査対象者とは別の女子大学生101名（平均年齢20.11, $SD=1.34$ ）を対象にして、神村ら（1995）の3次元モデルにもとづく対処方略尺度の各下位尺度と本研究で得られた認知行動変容尺度の各下位尺度得点間の相関係数を求めた。神村（1995）の対処方略尺度は、ストレッサーに対する対処法の中で、認知的側面の対処法と行動的側面の対処法の部分を測定できるようになっている。本研究で作成した認知行動変容尺度は、人生満足度が最も下がった際の認知行動的变化を測定するためのものであり、ストレッサーに対処する認知的方略と行動的方略の概念に近いものであると考えられるため、併存的妥当性の検討に、神村（1995）の対処方略尺度を使用した。その結果、認知行動変容尺度の第1因子の得点と対処方略尺度の下位尺度「情報収集」の得点との相関係数は.73 ($p<.01$) で、有意な相関関係が見られた。また、認知行動変容尺度の第2因子の得点と対処方略尺度の下位尺度「放棄・諦め」の得点との相関係数は.70 ($p<.01$)、 「回避的思考」の得点との相関関係は.66 ($p<.01$) で、有意な相関関係が見られた。これらの結果から、認知行動変容尺度の併存的妥当性は高いと言える。

Table3 認知行動変容尺度の因子分析結果

項目	F1	F2	h ²
8.自分がしっかりしてきた。	.801	-.117	.655
2.自分が豊かになったと思うようになった。	.792	-.123	.643
3.人助けをするようになった。	.753	-.188	.603
7.人に対する慈しみの心をもつようになった。	.643	-.040	.415
10.小さなこともいとおしく思うようになった。	.558	-.041	.313
1.全部自分が悪いと思うようになった。	-.224	.781	.661
4.自分を否定するようになった	-.108	.781	.621
6.自分は人に理解されないと思うようになった。	-.217	.779	.653
5.早くあきらめるようになった	-.106	.699	.500
固有値	3.279	2.182	
寄与率 (%)	32.792	21.816	54.608

研究2

目的

本研究の目的は、研究1で開発した認知行動変容尺度を使用し、女子大学生の認知行動変容型と人生満足度および領域別満足度を調査し、人生満足度が落ち込んだ際の認知行動変容が学校満足度に、そして学校満足度が人生満足度に影響するという仮説を検証することであった。

方法

調査対象者 調査対象者は、関東地方の女子大学生558名であった。その内記入もれのあった者が62名いたため、分析対象となったのは496名で、平均年齢は20.60歳 ($SD=0.79$) であった。

調査時期 調査時期は、2012年10月であった。

測定尺度

1. 11段階単項目生活満足度評定尺度 現在の人生満足度および領域別生活満足度を測定するため、Leonardi et al. (1999) が取り上げた人生満足度と6領域（学校、家庭、余暇、健康、経済状況、居住地域）について、11段階単項目生活満足度評定尺度を作成した。これは、回答者が現在の人生満足度および領域別生活満足度について、「大変満足している」(0)から「まったく満足していない」(10)までの11段階で評定できるように作成されている。

次に、この単項目生活満足度評定尺度の信頼性を検討するため、上記の496名の対象者のうち79名（平均年齢20.5, $SD=0.56$ ）を対象に、1回目の調査から1ヵ月後に再度、単項目生活満足度評定尺度を実施し満足度の相関係数を算出した。人生満足度

との相関係数を算出したところ.88 ($p<.01$) で、学校満足度についての相関係数は.82、家庭満足度は.89、余暇満足度は.76、健康満足度は.80、経済状況満足度は.84、居住地域満足度は.89であったので、人生満足度と領域別満足度評定尺度の信頼性は十分に高いと言える。

さらに、この単項目生活満足度評定尺度の妥当性を検討するため、これまでのすべての調査とは別の女子大学生88名（平均年齢20.81, $SD=1.06$ ）における、人生満足度と主観的幸福感尺度（伊藤ら, 2003）の中の「現在の満足感」の高さを測定する下位尺度得点との相関係数を算出した。その結果、人生満足度と主観的幸福感尺度（伊藤ら, 2003）の中の下位尺度「満足感」の相関係数は.94 ($p<.01$)、であったので、十分な妥当性が確かめられたと言える。同様に、各領域別満足度についても、主観的幸福感尺度（伊藤ら, 2003）中の「満足感」の高さを測定する下位尺度得点との相関係数を調べた。学校満足度と「満足度」下位尺度得点の相関係数は.69で、家庭満足度とそれの相関係数は.53で、余暇満足度とは.53、健康満足度とは.46、経済状況満足度とは.46、居住地域満足度とは.55であった。主観的幸福感尺度（伊藤ら, 2003）中の「満足感」の高さを測定する下位尺度は、現在の生活全般についての満足度を測定したものであるため、本研究の人生満足度との相関係数は高く各領域別満足度との相関係数は中程度であったため、これらについては十分な妥当性が確かめられたと言える。

2. 女子大学生における認知行動変容尺度 過去から現在までで人生満足度が最も下降した際の認知行動変容型を調べるため、研究1で開発した認知行動変容尺度を使用した。

手続き 授業前の休憩時間に、調査は無記名式で、個人情報公開されることはなく保護され、調査を拒否することもできること、また、実施中気分が悪くなった場合は速やかに中止し保健室へ行くことができ、その後必要ならカウンセリングを受けることもできることを説明した。上記の人生満足度評定尺度と認知行動変容尺度からなるアンケート調査を調査対象者の同意を得た上で実施した。

結果と考察

各変数がどのように影響し合うのかを調べるために、パス解析を行った。モデル1 (Figure 1.) の適合度指標は、

$\chi^2=694.273$, $df=28$, CFI=.676, RMSEA=.220, AIC=749.273,

NFI=.668, TLI=.583であったので、このモデルは整合性が高いとは言えなかった。そのためパスを次々と消していった結果、モデル2 (Figure 2) が示された。このモデル2の適合度指標は $\chi^2=5.531$, $df=3$, CFI=.995, RMSEA=.041, AIC=27.531,

NFI=.990, TLI=.991であった。モデル適合度から、本モデルが最も良いと判断された。パスの効果は、他者共存型から学校満足度に対して.51、学校満足度から人生満足度に対して.74

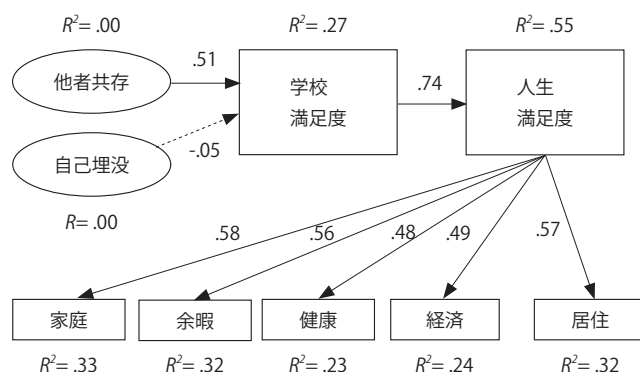


Figure 1. モデル1のパス解析結果

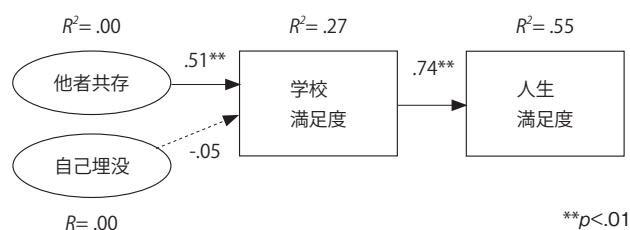


Figure 2. モデル2のパス解析結果

で正の効果が見られた ($p<.01$)。これは他者と共存するような認知行動変容が、学校満足度を上昇させる効果をもつこと、また学校満足度が人生全体における満足度に強く影響を及ぼしていくことを示している。

Fujita & Diener (2005) も、その個人にとって重要な領域の満足度は人生満足度に強く関係していくことを示しており、Schimmack et al. (2002a) は、満足度を決定しやすいものとは、個人によって重要であると実感している、個人が取り入れやすい比較的安定した情報であることを報告している。本研究結果においてもやはり、女子大学生の主な生活領域である学校における満足度が人生満足度に強く影響していくことが分かった。これは、学校生活時間が他領域の生活時間より長く、行動範囲も大学とその周辺が多いという女子大学生の特徴を現しているものと考えられる。本研究結果によって、人生満足度が最も下降した際に起こった認知行動変容の中で、他者共存型認知行動変容が学校満足度を上昇させること、また、生活の主要な領域である学校における満足度が人生満足度に影響を及ぼすことが明らかとなり、仮説が証明された。本研究結果は、人生満足度および領域別満足度においては、すべてがトップダウン効果で左右されているわけではなく、主要な生活領域からのボトムアップ効果も見られるということを示している。

今後は、臨床的教育的な場面で、人生満足度が下降した際に自己埋没型の認知行動変容を起こしやすい学生が、いかにして他者共存型の認知行動変容に移行していけるようになるのかを考え、その具体策を探っていくことが求められる。しかし教育的実践的場面においては、人生満足度が下降した際に自己埋没

型の認知行動変容を起こす人が他者共存型の認知行動変容に移行することで、人生満足度の回復が得られるとは限らない。自己埋没型認知行動変容を起こす人にとっては、他者共存型認知行動変容を起こす人のようになることが、真に人生満足度を回復させる手段にはなり得ないのかもしれない。その人たちにはその人たち独自の人生満足度回復の方法があるかもしれないのである。この問題を解決するためには、今後、自己埋没型と他者共存型の人の特性の違いを調べることが必要であろう。

本研究では対象を女子大学生に絞っていたが、今後は対象を他のライフステージに属する人たちや男性にも広げ、研究を進めていくことが求められる。また、本研究の結果を今後の臨床的教育的な場面において人生満足度を上げるための認知行動療法の実践にいかしていくためには、各個人にとっての主要な生活領域とはどこなのかを見極め、そこでの満足度を上げることが重要となろう。

[引用文献]

- Diener, E. (1984). Subjective well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., & Emmons, R.A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.
- Diener, R., Diener, E., & Tamir, M., Maya D. (2004). The psychology of Subjective well-being. *ProQuest Research Library*, 133, 18-25.
- Emmons, R.A., & McCullough, R. (2003). Counting blessings versus burdens: Experimental studies of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389.
- Fujita, F., & Diener, E. (2005). Life satisfaction set point: Stability and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 158-164.
- 伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康 (2003). 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討. *心理学研究*, 74, 276-281.
- 神村栄一・海老原由香・佐藤健二・戸崎泰子・坂野雄二 (1995). 対処方略の三次元モデルと新しい (TAC-24) の作成. *教育相談研究*, 33, 41-47.
- 川喜田二郎 (1967). 発想法. 中公新書
- Leonardi, F., Spazzafumo, L., Marcellini, F., & Gagliardi, C. (1999). The top-down/bottom-up controversy form a constructionist approach: A method for measuring top-down effects applied to a sample measuring top-down effects applied to a sample of older people. *Social Indicators Research*, 48, 187-216.
- Leonardi, F., Spazzafumo, L., & Marcellini, F. (2005). Subjective well-being: The constructionist point of view. *Social Indicators Research*, 70, 53-77.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70, 345-384.
- Scollon, C.N., & Diener, E. (2006). Love, work, and change in extraversion and neuroticism over time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 1152-1165.